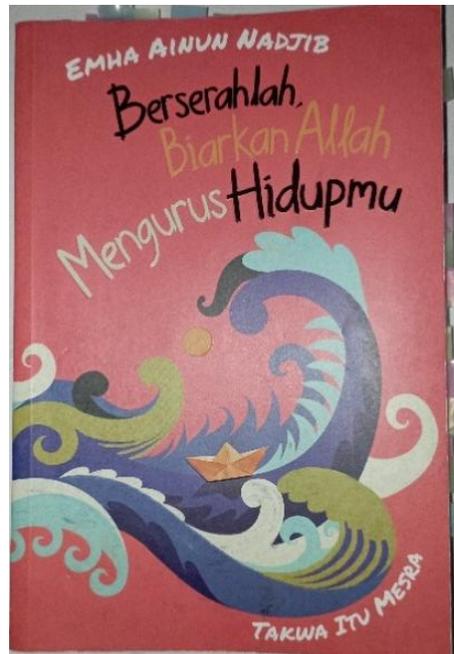


LAMPIRAN



Isi Buku

Tawakal, Syukur, dan Ridha	7
<i>Pengantar Penerbit</i>	
Kenali Siapa Sebenarnya Dirimu	13
Jangan Keliru Menentukan Tujuan Hidup	33
Kita Semua Punya Kedaulatan	43
Belajar Menjadi Manusia Murni	55
Menaklukkan Api dalam Lautan Najis	67
Sabar	75
Lupa Tafakur	83
Suami Istri Abadi	95

Aktifkan Sensor Kelindahanmu	105
Ridha pada Ketetapan Allah	119
Zhan dan Kemesraan	127
Takwa Itu Mesra	137
Kita Milik Allah, Akan Kembali kepada Allah	143
Pasrah Total	155
Ridha dalam Ruh	165
Pasrah pada Kalimat Allah	173
Mengasyiki Nasib	191
Ora Duwe, Ora Iso, Ora Tekan	203
Mental "Masih" dan "Tinggal"	219
Kita Semua Pejalan Sufi	229
Stunting Spiritual	241
Profil Penulis	251

Tabel Analisis Isi dalam Buku “Berserahlah, Biarkan Allah Mengurus

Hidupmu” Karya Emha Ainun Nadjib

A. Konsep Tawakal menurut Ibnu Qayyim Al-Jauziyah

No	Tema analisis	Kutipan	Analisis
1.	Mengenal Allah beserta sifatnya	<p>Semakin kita mengingat Tuhan, maka dia semakin sayang kepada kita. Selain mengingat, kita juga perlu memuji-Nya- Alhamdulillah-. Jangan keliru, kita memuji Allah bukan karena Allah butuh pujian tetapi karena kita yang butuh memuji-Nya. (Halaman 225)</p> <p>Tenangkanlah jiwa, diri, hati, dan pikiran anda agar anda bisa mengisinya dengan Allah. (Halaman 124)</p>	Salah satu cara mengenal Allah yaitu dengan selalu mengingatnya atau dengan cara berzikir, dan dengan memuji Allah dengan kalimat pujian. Dengan menyadari sifat baik yang dimiliki Allah dan memasukkan sifat-sifat-Nya ke dalam diri seseorang setelah melakukan <i>tazkiyatun nafs</i> (pembersihan diri) akan memberikan ketenangan batin baik dalam diri, jiwa, pikiran seseorang.
2.	Keteguhan hati dalam kemuliaan tauhid	<p>Tenangkanlah jiwa, diri, hati, dan pikiran anda agar anda bisa mengisinya dengan Allah. (Halaman 124)</p> <p>Jangan bersedih, percayalah kepada Allah. Jangan cemburu kepada siapa pun dan jangan ingin menjadi siapa pun. Mantaplah menjadi diri anda sendiri. Jadilah mandiri dan</p>	Ketenangan batin yang didapat dari mengenal Allah dan sifat akan memunculkan sebuah ketauhidan terhadap Allah. Ketauhidan akan terbangun ketika seseorang telah meyakini bahwa Allah adalah satu-satunya yang memiliki kekuasaan atas segalanya. Karena ketauhidan menjadi fondasi utama dalam islam. Jika seseorang memiliki sifat sombong dan syirik akan mempengaruhi ketauhidan seseorang,

		<p>gembira, sehingga anda menjadi <i>rahmatan lil-alamin</i>. (Halaman 199)</p> <p>Merasa paling baik dan paling beres itu berbahaya, karena anda tidak akan pernah berusaha untuk melakukan kebaikan. (Halaman 59)</p> <p>Semakin dekat seseorang dengan Allah, semakin dia menempuh <i>illaihi raji'un</i> sedemikian rupa, yang tahu hanya setiap orang yang menempuhnya. Maka, skalanya adalah dari dan menuju satu titik dalam suatu lingkaran. (Halaman 230)</p>	<p>dan ketauhidan akan terhubung dengan ketawakalan. Jika tauhid pada diri seseorang rusak artinya ketawakalan yang dilakukan juga tidak akan sempurna. Kehidupan manusia seperti mencapai sebuah titik dalam lingkaran, dan titik yang dimaksud adalah Allah. Jadi perjalanan manusia hidup untuk menuju kepada Allah.</p>
3.	Ketergantungan hati kepada Allah	<p>Jangan hanya mengingat Tuhan ketika dalam keadaan susah. Kalau anda begitu, bisa-bisa Tuhan membuat anda susah terus supaya anda terus mengingat-Nya. (Halaman 221)</p> <p>Kita harus menyadari bahwa segala sesuatu harus berhubungan dengan Allah. (Halaman 224)</p>	<p>Dalam hal ini, ketergantungan pada Allah bukan hanya dalam keadaan sedang butuh bantuan saja, tetapi di setiap keadaan harus selalu melibatkan Allah dan berhubungan dengan-Nya. Salah satu cara agar selalu melibatkan Allah adalah dengan mengingat-Nya, atau bisa dilakukan dengan berzikir.</p>
4.	Husnuzan	<p>Untuk bisa merasakan itu semua, selalu</p>	<p>Berbaik sangka dengan Allah harus selalu dilakukan oleh setiap</p>

		<p>berprasangka baiklah kepada Allah. Tidak perlu mencuri, merampok, atau berpikiran buruk tentang orang lain. Asal kita <i>husnudzan</i> dan optimistis pada rezeki Allah, maka kita akan dilimpahi rezeki Allah. (Halaman 52-53)</p>	<p>orang. Dengan baik sangka, optimisme dan berusaha dengan maksimal Allah akan membantu untuk mengatasi persoalan dan memberikan pertolongan hamba-Nya yang membutuhkan bantuan.</p>
		<p>Ketika ada sesuatu yang anda tidak mampu mengatasinya, jangan pikir Allah tidak akan mengatasinya. Allah akan mengurusnya. Ketika anda tidak bisa mengatasi persoalan dan putus asa, tidak apa. Allah pasti akan mengatasinya. Maka dari itu, teruslah <i>husnuzan</i> kepada Allah serta berjuang secara serius dan semaksimal mungkin. (Halaman 245)</p>	
5.	Ketundukan hati pada Allah	<p>Merasa paling baik dan paling beres itu berbahaya, karena anda tidak akan pernah berusaha untuk melakukan kebaikan. (Halaman 59)</p> <p>Satu-satunya jalan yang ditempuh dalam hidup ini adalah menuju ke</p>	Ketundukan hati merujuk kepada kerendahan seorang hamba. Maka, tidak pantas seorang hamba untuk bersifat sombong, ataupun sifat tercela lainnya karena akan menimbulkan seseorang untuk tidak berbuat baik, dan selalu sombong akan dirinya sendiri. Padahal yang

		Allah. Karena kita ini milik Allah. (halaman 231)	memiliki kuasa akan segalanya adalah Allah, dan manusia hidup untuk kembali kepada Allah dan beribadah kepada-Nya.
6.	<i>Tafwidh</i>	<p>Berserah dan bersyukur, adalah tolak ukur keberhasilan kita mengendalikan nafsu. Jika kita berhasil saat itulah jiwa kita disebut <i>nafsu muthmainnah</i> (jiwa yang tenang) yang telah ridha (dengan segala ketentuan Allah) dan Allah meridhainya. (Halaman 9)</p> <p>Pokoknya begini atau begitu, dijalani saja. Bagaimana nanti, itu urusan belakangan, yang penting <i>bismillah</i>. (Halaman 87)</p>	<i>Tafwidh</i> dalam hal ini adalah berserah diri. Dengan berserah dan bersyukur sebagai patokan untuk mengendalikan hawa nafsu, dan keberhasilan untuk mengendalikan hawa nafsu ada pada pengontrolan keinginan untuk tidak bertentangan terhadap kehendak Allah. Hal ini akan memberikan ketentraman jiwa mencapai nafsu muthmainnah.
7.	Rida	<p>Begitu anda ridha, anda akan merasa ringan. Ketika anda ridha, anda tidak perlu mengurus sendiri kehidupan anda. Sudah, biarkan saja orang menyakiti anda, biarlah Allah yang tahu. Semua urusan kita menjadi urusan Allah. Selesai semua masalah kita. (Halaman 168)</p> <p>Ridha itu tempatnya ada di dalam ruh kita, bagian terdalam kita yang pernah berbincang dengan</p>	Rida terletak pada kemampuan untuk menerima atas apa yang menjadi ketetapan takdir untuknya. Setiap manusia memiliki masing-masing jalan takdirnya, tidak perlu melihat usaha dari orang lain untuk mencapai puncak dan membandingkannya dengan usaha dirinya. Dalam hal ini, seharusnya manusia fokus pada potensi diri untuk mendapatkan hasil yang terbaik, berusaha sebaik mungkin agar Allah

	<p>Allah ketika kita masih berada di dalam kandungan Ibu. (Halaman 171)</p> <p>Tidak ada rumput yang cemburu pada padi; tidak ada padi yang cemburu pada kelapa; tidak ada kelapa cemburu pada binatang; tidak ada binatang cemburu pada manusia. Belajarlah pada mereka semua dalam menerima nasib anda, di mana itulah yang terbaik bagi anda (Halaman 195)</p>	<p>memberikan apa yang menjadi tujuan kita.</p>
--	---	---

B. Buah Tawakal menurut Yusuf Al-Qardhawi

No	Tema analisis	Kutipan	Analisis
1.	Timbulnya ketentraman dan ketenangan	<p>Berserah dan bersyukur, adalah tolak ukur keberhasilan kita mengendalikan nafsu. Jika kita berhasil saat itulah jiwa kita disebut <i>nafsu muthmainnah</i> (jiwa yang tenang) yang telah ridha (dengan segala ketentuan Allah) dan Allah meridhainya. (Halaman 9)</p> <p>Begitu anda ridha, anda akan merasa ringan. Ketika anda ridha, anda tidak perlu mengurus sendiri kehidupan anda. Sudah, biarkan saja</p>	<p>Jiwa yang tenang (<i>nafsu muthmainnah</i>) dapat diperoleh dengan melalui keberhasilan untuk mengendalikan nafsu, yaitu dengan berserah diri dan bersyukur atas apa yang Allah berikan kepadanya.</p> <p>Seseorang yang ridha akan ketetapan yang Allah berikan mampu memberikan dampak ketenangan bagi dirinya. Penyandaran yang ditujukan kepada Allah</p>

		orang menyakiti anda, biarlah Allah yang tahu. Semua urusan kita menjadi urusan Allah. Selesai semua masalah kita. (Halaman 168)	sebagai bentuk <i>Al Wakil</i> , hal ini sebagai bentuk dari tawakal yaitu mewakilkan.
		Jangan bersedih, percayalah kepada Allah. Jangan cemburu kepada siapa pun dan jangan ingin menjadi siapa pun. Mantaplah menjadi diri anda sendiri. Jadilah mandiri dan gembira, sehingga anda menjadi <i>rahmatan lil-alamin</i> . (Halaman 199)	Kepercayaan kepada Allah tidak perlu dibandingkan dengan kepercayaan yang Allah berikan kepada orang lain. Karena Allah Maha Mengetahui yang terbaik untuk seorang hamba-Nya. Oleh karena itu, menjadi diri sendiri serta yakin atas dirinya dan percaya kepada Allah ditujukan sebagai penawar untuk kekhawatiran yang berlebihan dan tidak larut dalam kesedihannya.
		Kunci utama kita adalah menyatukan diri dengan kehendak Allah. Jangan meletakkan dunia di atas kepala anda, karena dunia ini terlalu kecil. Saya sendiri selalu meletakkan dunia di genggam tangan, yang kadang-kadang saya mainkan seperti kelereng. Kalau dunia masih besar bagi anda, anda akan merasakan berat. Namun, jika dunia sudah kecil bagi anda, semua hal di dunia ini akan terasa sangat ringan untuk anda. (Halaman 76)	Meletakkan dunia seperti diletakkan digenggaman tangan dan bukan meletakkan di atas kepala diartikan sebagai dunia ini kecil yang dapat dimainkan sesukanya, dan semauny, karena di dunia tujuan manusia adalah menyatukan diri dengan kehendak Allah. Tetapi jika diletakkan di atas kepala akan memberikan dampak beban yang berat dan menimbulkan beban pikiran, dan kecemasan. Kehidupan yang terasa ringan akan memberikan ketenangan dan ketentraman batin.
2.	Kekuatan	Yang abadi hanyalah Allah, juga kekasih-	Keterbatasan manusia adalah tidak abadi, karena

		<p>Nya, Muhammad Rasulullah Saw. Maka dari itu, mulai sekarang, nikmatilah Allah dan nikmatilah Kanjeng Nabi. Syukur-syukur bisa menikmati uang yang agak banyak juga. Tetapi, itu bukan prioritas. Tidak dapat juga tidak apa-apa. Yang penting kita mendapatkan <i>hasbunallah wa ni'mal wakil, ni'mal maula wa ni'man nashir</i>. Cukuplah Allah Sebaik-baiknya penjaga, sebaik-baiknya pelindung, dan sebaik-baiknya penolong. (Halaman 50)</p>	<p>keabadian hanyalah milik Allah dan Rasulullah. Manusia memiliki keterbatasan sedangkan Allah tidak, maka menempatkan Allah sebagai tempat untuk memberikan perlindungan, penjagaan, dan penolong bagi seseorang.</p>
3.	Harga diri (<i>Al-Izzah</i>)	<p>Merasa paling baik dan paling beres itu berbahaya, karena anda tidak akan pernah berusaha untuk melakukan kebaikan. (Halaman 59)</p> <p>Jika anda mampu untuk tidak terikat pada yang anda senangi- apalagi anda sanggup melakukan apa yang tidak anda senangi- maka anda akan menjadi matang dan menjadi pendekar kehidupan. (Halaman 85)</p>	<p>Seseorang yang memiliki sifat sombong, merasa cukup akan dirinya sendiri akan menjadi bahaya karena akan menyebabkan seseorang berhenti berbuat baik akan menjadikannya jauh dari esensi tawakal. Dengan beramal, rendah hati, dan menyadari kesempurnaan hanyalah milik Allah. Mencoba mengerjakan apa yang tidak disenangi akan memberikan kekuatan dan mengangkat ke tingkatan yang lebih tinggi lagi. Hal ini dikarenakan hal yang tidak disenangi dinilai sebagai keberanian untuk menghadapi kesulitan dan menunjukkan kemuliaan jiwa dengan kemandirian.</p>

4.	Sikap rida	<p>Ketika anda beriman kepada Allah, maka anda percaya kepada Allah. Untuk itu, anda harus percaya kepada diri anda Sendiri. Kalau anda tidak bisa percaya kepada diri anda Sendiri, bagaimana mungkin anda bisa dipercaya Gusti Allah? Rumusnya sama seperti ridha, di mana anda harus ridha kepada Allah jika ingin mendapatkan ridha dari-Nya. (Halaman 35)</p>	<p>Keimanan akan menimbulkan kepercayaan, dan dengan percaya kepada diri sendiri berarti percaya akan Allah. Seperti konsep rida, ketika diri sendiri meridai akan ketetapan yang Allah berikan, maka Allah akan meridai dirinya.</p>
		<p>Begitu anda ridha, anda akan merasa ringan. Ketika anda ridha, anda tidak perlu mengurus sendiri kehidupan anda. Sudah, biarkan saja orang menyakiti anda, biarlah Allah yang tahu. Semua urusan kita menjadi urusan Allah. Selesai semua masalah kita. (Halaman 168)</p>	<p>Keridaan terhadap sesuatu akan membantu memberikan keringan seperti ketenangan hati dan menyerahkan segala urusan kepada Allah tanpa memikirkan kekhawatiran terhadap permasalahan yang dihadapi akan mengurangi beban pikiran dan kecemasan seseorang.</p>
		<p>Ridha itu tempatnya ada di dalam ruh kita, bagian terdalam kita yang pernah berbincang dengan Allah ketika kita masih berada di dalam kandungan Ibu. (Halaman 171)</p>	<p>Dalam hal ini letak rida ada di dalam ruh yang terdalam dan membutuhkan penghayatan dan kesadaran spiritual. Maka untuk mencapai rida ini, harus melalui kesadaran untuk berbincang dengan Allah melalui penyerahan diri, keyakinan dan penerimaan yang ditujukan kepada Allah.</p>

		<p>Tidak ada rumput yang cemburu pada padi; tidak ada padi yang cemburu pada kelapa; tidak ada kelapa cemburu pada binatang; tidak ada binatang cemburu pada manusia. Belajarlah pada mereka semua dalam menerima nasib anda, di mana itulah yang terbaik bagi anda. (Halaman 195)</p>	<p>Sebagai makhluk ciptaan Allah, seseorang harus menerima takdir tanpa perlu membandingkan diri sendiri dengan orang lain. Setiap orang memiliki takdir yang berbeda, dan menerima nasib yang Allah berikan kepadanya berarti hal itu baik untuknya.</p>
		<p>Kata berikutnya yang harus kita pahami adalah <i>radhiyatan</i>, yang berarti kita ridha, dan <i>mardhiyatan</i>, yang artinya kita diridhai. Dari susunan kata dalam ayat tersebut, yang lebih dulu kita ridha, baru Allah meridhai kita. Kita sering kali meminta ridha Allah, sementara kita sendiri belum ridha. Maka dari itu, mulailah dengan sibuk ridha kepada ketentuan Allah, maka otomatis anda akan mendapatkan ridha dari Allah. Jangan menuntut keridhaan Allah sementara anda sendiri belum ridha pada ketentuan Allah. (Halaman 124-126)</p>	<p>Langkah pertama untuk ridha adalah diri sendiri harus rida dengan ikhlas menerima segala takdir dan ketentuan yang Allah berikan. Kemudian Allah akan meridainya. Karena jika diri sendiri belum rida Allah juga tidak akan rida kepadanya. Rida ada pada keikhlasan seseorang, tanpa alasan apapun. Karena jika seseorang belum rida, akan memberikan kegelisahan, dan beban pikiran tidak menerima apa yang telah diterima.</p>
5.	Munculnya harapan	<p>Jika anda mampu untuk tidak terikat pada yang anda senangi- apalagi anda sanggup melakukan</p>	<p>Keterikatan terhadap apa yang disenangi tanpa melihat apa yang tidak disenangi seperti melepaskan keterikatan</p>

		<p>apa yang tidak anda senangi- maka anda akan menjadi matang dan menjadi pendekar kehidupan. (Halaman 85)</p>	<p>terhadap dunia. Seseorang yang bertawakal harus memahami bahwa segala sesuatu adalah milik Allah dan hasilnya berada ditangan Allah. Dengan mencoba menjalani hal yang tidak disukai berarti Allah meridai ketetapan itu, dan akan menuju kematangan dan ketangguhan batin yang memunculkan harapan dengan sepenuhnya bersandar pada kekuatan yang berasal dari Allah.</p> <p>Berdoa dan memohon kepada Allah menjelaskan bahwa manusia tempat ketidaksempurnaan dan ketidakpastian. Dengan ketidakpastian dalam hidup perlu adanya usaha untuk mendapatkan kepastian hidup. Berusaha akan memberikan harapan untuk berikhtiar dan berjuang mendapatkan rida dari Allah, dan berserah diri akan hasil memberikan pengharapan seseorang terhadap Allah.</p>
<p>Karena segala sesuatu di dunia ini serba <i>-li taskunu fiha</i>, belum pasti, maka kita harus terus berjuang untuk mencari kepastian-kepastian. (Halaman 71)</p>	<p>Anda jangan pernah berhenti memohon kepada Allah karena sangat banyak permasalahan di dunia yang tidak bisa anda atasi. (Halaman 244)</p>		
	<p>Ketika ada sesuatu yang anda tidak mampu mengatasinya, jangan pikir Allah tidak akan mengatasinya. Allah akan mengurusnya. Ketika anda tidak bisa mengatasi persoalan dan putus asa, tidak apa-apa. Allah pasti akan mengatasinya. Maka dari itu, teruslah husnuzan kepada Allah, serta berjuang secara serius dan semaksimal mungkin. (Halaman 245)</p>		

DAFTAR RIWAYAT HIDUP**A. IDENTITAS DIRI**

1. Nama : Arum Amalia Putri
2. NIM : 3321011
3. Tempat, Tanggal Lahir : Batang, 12 Juli 2003
4. Agama : Islam
5. Alamat : Denasri Kulon, Kec. Batang, Kab. Batang

B. IDENTITAS ORANG TUA

1. Nama Ayah : Ahmad Solihin
2. Nama Ibu : Nur Ubayah

C. RIWAYAT PENDIDIKAN

1. TK Aba Kraton Pekalongan
2. SDN Denasri Kulon 02 Batang
3. SMPN 17 Pekalongan
4. SMAN 4 Pekalongan
5. UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan

Pekalongan, 28 Mei 2025

Penulis



Arum Amalia Putri
NIM. 3321011



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
 Jl. Pahlawan KM. 5 Rowolaku Kajen Kab. Pekalongan Kode Pos 51161
 Website: fuad.uingusdur.ac.id | email : fuad@uingusdur.ac.id

SURAT KETERANGAN SIMILARITY CHECKING

Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah (FUAD) UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan menerangkan bahwa naskah skripsi atas nama mahasiswa:

Nama : Arum Amalia Putri
 Nim : 3321011
 Prodi : Tasawuf dan Psikoterapi
 Judul : Tawakal sebagai Sumber motivasi: Telaah buku Berserahlah, Biarkan Allah mengurus hidupmu karya Emha Ainun Nadjib

telah melalui tahap *plagiarism checking* menggunakan aplikasi Turnitin, dengan keterangan:

Waktu Submit : 5 Juni 2025
 Hasil (Similarity) : 23 %

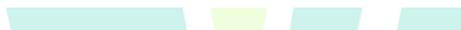
Oleh karenanya naskah tersebut dinyatakan **LOLOS** dari plagiarisme. Surat Keterangan ini berlaku selama 1 (satu) semester sejak diterbitkan untuk dijadikan sebagai syarat pendaftaran ujian/munaqasyah skripsi.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Pekalongan, 5 Juni 2025

a.n Dekan,
 Ketua Prodi Tasawuf dan Psikoterapi

Stami Farmawati, M.Psi





KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
 UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
 K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN
 FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
 Jl. Pahlawan KM. 5 Rowolaku Kajen Kab. Pekalongan Kode Pos 51161
 Website: fuad.ungusdur.ac.id | email: fuad@ungusdur.ac.id

LEMBAR PEMERIKSAAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Hj. Ida Isnawati, S.E., M.S.I
 NIP : 197405102000032002
 Pangkat Gol. : Pembina Tk. I (IV/b)
 Jabatan : Kepala Bagian Tata Usaha

Dengan ini menerangkan bahwa:

Nama : Arum Amalia Putri
 NIM : 3321011
 Program Studi : Tasawuf dan Psikoterapi
 Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah

Telah selesai melaksanakan pemeriksaan Skripsi sesuai dengan aturan yang disahkan dan diterapkan di Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah. Oleh karena itu, untuk selanjutnya skripsi saudara i segera dijilid sesuai dengan warna fakultas dan kode warna yang ditetapkan oleh STATUTA UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan. Atas perhatian dan kerja sama saudara/i, kami ucapkan terima kasih.

Pekalongan, 08 Juli 2025

Mengetahui,

a.n. Dekan

Kepala Bagian Tata Usaha

 Hj. Ida Isnawati, M.S.I
 197405102000032002